



## Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad

Conozca los programas y servicios que le ofrecemos hoy.

Ya se encuentra disponible la Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad (primavera de 2019).

Puede encontrar la **guía** en nuestra página web. Visite [www.molinahealthcare.com/MHMMedicaidPublications](http://www.molinahealthcare.com/MHMMedicaidPublications) para ver o imprimir la **guía**.

Esta **guía** lo ayuda a conocer los programas y servicios que ofrecemos a nuestros miembros. Puede leer más sobre lo siguiente:

- **Programa de Mejoramiento de Calidad.** Utilizamos encuestas y herramientas para revisar todos los servicios y la atención que usted recibe de Molina cada año. Queremos saber su opinión acerca de nuestros servicios. Recopilamos información sobre los servicios que incluyen inmunizaciones, exámenes de rutina y atención de la diabetes. También lo ayudamos a cuidarse y a cuidar mejor a su familia. Algunos ejemplos de cómo lo hacemos incluyen escribirle o llamarlo

### En esta edición

Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad.....	1
Fraude, despilfarro y abuso de la atención médica.....	4
Acerca de nuestros Miembros: Protección de su privacidad.....	4
Educación sobre salud .....	5
Novedades del otoño.....	5
Comité asesor de miembros.....	6
Atención afiliados de Health Michigan Plan .....	6
¿Qué es Healthy Kids Dental?...	6
Cuándo consultar a un PCP y a un especialista .....	7
Pautas de atención médica preventiva: programar chequeos médicos.....	8
Tiempo de espera para las consultas.....	11
Dejar de fumar .....	12
Novedades sobre el directorio de proveedores .....	13

Todos los boletines informativos también están disponibles en [MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com).

Para obtener esta información en su idioma preferido o formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. El número telefónico se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación del miembro.

Este boletín informativo también está disponible en inglés. Por favor, comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir una copia en inglés.

**MolinaHealthcare.com**

para asegurarnos de que usted y su hijo reciban las inmunizaciones necesarias y se hagan los exámenes de rutina necesarios, informarle sobre servicios especiales y ayudarlo a conocer sus problemas de salud actuales. Puede ver los resultados de nuestra encuesta y nuestras herramientas recientes en nuestra página web: [MolinaHealthcare.com](https://MolinaHealthcare.com).

- **Control de la salud de la población.** Tenemos servicios para que mantenga su estado de salud y controle sus afecciones. Estos servicios incluyen información sobre cómo recibir ayuda adicional, consejos para mantenerse saludable, buscar y acceder a servicios elegibles, coordinar el traslado de un centro a otro y conectarse con los recursos de la comunidad si tiene una afección actual.

Esta *guía* le brinda detalles sobre cómo:

**Lo protegemos:**

- Protegemos su privacidad
- Trabajamos junto con nuestros médicos para garantizar que usted reciba atención médica segura
- Revisamos nuevos estudios para asegurarnos de que se demuestre que los nuevos servicios son seguros
- Le permitimos presentar un reclamo (queja) si tiene problemas con su atención médica o con el servicio de Molina

**Tomamos decisiones sobre su atención médica:**

- Analizamos nuevos servicios para proporcionar como parte de los beneficios que cubrimos
- Le informamos acerca de sus derechos y responsabilidades cuando está inscrito en nuestro plan de salud



**MolinaHealthcare.com**

### **Lo asistimos:**

- Lo guiamos en el proceso para ayudarlo a recibir atención médica después del horario de atención o durante una emergencia
- Lo ayudamos a responder preguntas de beneficios de medicamentos
- Le brindamos detalles sobre los servicios que ofrecemos para salud conductual
- Le brindamos consejos sobre cómo obtener una segunda opinión acerca de su atención médica de otro médico
- Le mostramos cómo obtener atención fuera de la red
- Le permitimos apelar un servicio denegado por un reclamo cuando no se paga
- Le informamos cómo encontrar información sobre nuestros médicos en el directorio de proveedores en línea
- Lo ayudamos a conocer cómo completar una directiva anticipada para ayudarlo a tomar decisiones de atención médica si no puede hablar por sí mismo

### **Cubrimos sus necesidades de comunicación:**

- Ofrecemos servicios TDD/TTY si necesita ayuda con la audición o el habla.
- Ofrecemos servicios de traducción si los necesita
- Le contamos cómo acceder a herramientas en línea, como por ejemplo: Valoración de salud y herramientas de autogestión y calculadoras

Esta *guía* le brinda información que puede encontrar en la página web. Esta información incluye:

- Cómo solicitar tarjetas de identificación
- Cómo comunicarse con el Departamento de Servicios para Miembros y la Línea de Consejos de Enfermeras por correo electrónico
- Listas de los proveedores y hospitales contratados de Molina, que incluyen:
  - Nombre, dirección y número de teléfono del proveedor
  - El estado de la certificación del Consejo Médico del proveedor
  - Horas de consulta para todos los centros
  - Proveedores que aceptan nuevos pacientes
  - Idiomas que hablan el proveedor o personal
  - Información del hospital incluido el nombre, la ubicación y el estado de la acreditación
- Detalles sobre sus beneficios y servicios que están incluidos y excluidos de la cobertura
- Copagos que debe pagar (si aplican)
- Qué hacer si recibe una factura por un reclamo
- Preguntas y respuestas más frecuentes
- Procedimientos de farmacia, como por ejemplo:
  - Medicamentos que no cubrimos
  - Límites y cupos de medicamentos
  - El proceso para solicitar una excepción para medicamentos que no se encuentran en la lista de medicamentos preferidos
  - El proceso de sustitución por un fármaco genérico, intercambio terapéutico (usando medicamentos que son diferentes pero que tienen el mismo efecto) y los protocolos de la terapia escalonada (determinados medicamentos se prueban antes de que cubramos otro medicamento para la misma afección)

**MolinaHealthcare.com**

- Cómo comunicarse con el personal de la Administración de Utilización (UM) sobre un asunto o una pregunta de UM
- Declaración afirmativa de UM sobre los incentivos que describen que Molina no recompensa a los proveedores que toman decisiones de UM
- Pautas de atención médica preventiva y calendarios de vacunación
- Sus derechos y responsabilidades y la privacidad de su información

Puede imprimir la **Guía** y cualquier otra información que necesite de nuestra página web. Para obtener la **guía** en su idioma preferido o en formato accesible, llame al Departamento de Servicios para Miembros. También puede pedir que se le envíe por correo una copia impresa de los materiales. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711).

## Fraude, despilfarro y abuso de la atención médica

Molina Healthcare of Michigan se compromete a asegurar que no haya casos de fraude, despilfarro ni abuso. Si cree que pudo haber existido un caso de fraude, despilfarro o abuso, puede informarlo de manera anónima.

Datos para comunicarse con Molina de manera anónima:

En línea: [www.MolinaHealthcare.alertline.com](http://www.MolinaHealthcare.alertline.com)

Correo electrónico: [MHMCompliance@MolinaHealthCare.com](mailto:MHMCompliance@MolinaHealthCare.com)

Teléfono: (866) 606-3889

Fax: (248) 925-1797

Correo postal regular:

Molina Healthcare of Michigan

A la atención de: Compliance Director

880 West Long Lake Road, Suite 600

Troy, MI 48098-4504

O puede comunicarse:

En línea: [www.michigan.gov/fraud](http://www.michigan.gov/fraud)

Teléfono: 1-855-MI-FRAUD (1-855-643-7283)

Correo postal regular:

Michigan Department of Health and Human Services (MDHHS)

Office of Inspector General

P.O. Box 30062

Lansing, MI 48909

Para obtener más información, visite:

<http://www.molinahealthcare.com/members/mi/en-US/mem/medicaid/overvw/quality/Pages/fraud.aspx>.

## Acerca de nuestros miembros: Protección de su privacidad

Su privacidad es importante para nosotros. Respetamos y protegemos su privacidad. Molina le informa cómo utiliza o comparte su información médica protegida (PHI, por sus siglas en inglés). Ingrese en el siguiente enlace para obtener una explicación resumida sobre cómo Molina protege su privacidad: <http://tinyurl.com/MHMQualityGuide>.

**MolinaHealthcare.com**

Nuestra Notificación de las normas de privacidad incluye más información sobre cómo utilizamos y compartimos la PHI de nuestros miembros. Puede encontrar la Notificación de las normas de privacidad completa en nuestra página web: [MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com). También puede solicitar una copia de nuestra Notificación de las normas de privacidad si llama al Departamento de Servicios para Miembros. El número telefónico se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación del miembro.

## Educación para la salud

Como miembro de Molina, usted tiene acceso a educación sobre salud en nuestra página web. Visite <http://tinyurl.com/MolinaHealthEd>. Si tiene diabetes, hable con su proveedor sobre un examen de pupilas dilatadas.

## Novedades del otoño

Las nominaciones de los afiliados para el consejo directivo de Molina se llevarán a cabo en el boletín de otoño. Esté atento a las novedades.



**MolinaHealthcare.com**

## Comité asesor de miembros

En Molina Healthcare, queremos atenderlo mejor. Como valoramos su opinión, queremos invitarlo a sumarse al Comité asesor de miembros de Molina de 2019. Este comité analiza y recomienda formas en las que Molina puede mejorar los servicios prestados a sus miembros. Las personas que participen del comité deben ser miembros actuales de Molina y mayores de 21 años. El comité se reunirá una vez al año en su área. Los miembros del comité asesor participarán de sesiones donde se analizará su experiencia con los servicios y proveedores de Molina. Molina usará la información relacionada con la experiencia y las sugerencias de los miembros para mejorar los servicios de atención médica que ofrece a todos sus miembros. Si quiere sumarse o necesita más información sobre el Comité asesor de miembros de Molina, llame al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711).

## Atención afiliados de Health Michigan Plan

¿Sabía que puede disminuir sus contribuciones de ahorros médicos? Consulte a su proveedor de cuidados primarios (PCP) y complete la Evaluación de Riesgos de la Salud (HRA, por sus siglas en inglés). Su PCP debe completar el formulario de HRA con usted. Devuelva su HRA a Molina Healthcare of Michigan. Cuando recibamos su formulario de HRA, determinaremos si califica para una reducción de los montos adeudados a la cuenta MI Health. Consulte a su PCP al menos 2 veces al año para analizar cualquier enfermedad actual o afección crónica. Le recomendamos acudir a las consultas y los chequeos médicos para mantenerse sano.

Costos compartidos: algunos miembros del Healthy Michigan Plan recibirán una factura por “costos compartidos”. La obligación de pagar costos compartidos depende del ingreso familiar y de la información que comparta con la persona asignada a su caso. Si debe algún concepto por costos compartidos, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan le enviará una factura. Después de recibir el aviso, deberá enviar un pago mensual correspondiente al monto solicitado para acceder al incentivo. Realice los pagos a la cuenta MI Health de manera puntual. Aunque tenga deudas, no perderá la cobertura para atención médica.

No todos los miembros recibirán una factura. Si recibe una y tiene alguna pregunta, puede comunicarse con Michigan Enrolls. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711).

## ¿Qué es Healthy Kids Dental?

Con el programa Healthy Kids Dental (HKD), los niños con Medicaid disfrutarán de sonrisas alegres y saludables SIN costos para usted. Si sus hijos menores de 21 años tienen Medicaid, forman parte del programa. Cuando visiten a dentistas de HKD, tendrán acceso a distintos servicios cubiertos, como los siguientes:

- Exámenes bucales
- Limpiezas dentales
- Tratamientos con fluoruro
- Radiografías
- Empastes

**MolinaHealthcare.com**

- Endodoncia
- Extracciones

Si necesita buscar un dentista en su zona, visite [HealthyKidsDental.org](http://HealthyKidsDental.org). Para que los servicios sean gratuitos, debe visitar a un dentista de HKD. Puede cambiar de dentista de HKD en cualquier momento. Los dentistas que no acepten HKD pueden cobrar por los servicios prestados.

## Cuándo consultar a un PCP y a un especialista

Es importante consultar a un PCP al menos 2 veces al año para analizar cualquier enfermedad actual o afección crónica. Su PCP brinda la mayor parte de su atención. Su PCP también puede derivarlo a especialistas, otros proveedores de atención médica y hospitales.

Molina Healthcare y su PCP se preocupan por su salud. Su PCP puede ayudarlo a evitar inconvenientes al:

- Detectar problemas médicos, dentales o de otro tipo de manera anticipada
- Tratar los problemas antes de que se agraven y
- Educarlo sobre su salud

Si tiene una afección crónica, como diabetes o una enfermedad renal, puede recibir la atención de un especialista como su PCP. Llame al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711) y lo ayudaremos.

Debe sentirse cómodo con su doctor. Puede cambiar de PCP y elegir uno nuevo en cualquier momento.

Las solicitudes que usted realice tendrán vigencia inmediata. Para cambiar su PCP, visite [MiMolina.com](http://MiMolina.com) o comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711) y lo ayudaremos. Si su salud o su seguridad se encuentran en riesgo, le asignaremos otro PCP de inmediato.

Encontrará una lista de PCP en [MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com) o [MiMolina.com](http://MiMolina.com). Para solicitar una copia impresa de nuestra lista de PCP sin costo, llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711).

De ser necesario, un especialista puede ser su PCP. Puede recibir cuidado especializado de un proveedor participante, incluidos los servicios de atención médica rutinaria y preventiva de obstetricia/ginecología, especialistas de atención médica para mujeres y pediatras. No hay costo para recibir estos servicios. Si bien Molina Healthcare of Michigan no requiere derivaciones, verifique con su PCP para asegurarse de que no haya necesidades de derivación.

Puede consultar [MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com) para obtener una lista de los especialistas y otros proveedores de Molina. Para solicitar una copia impresa sin costo de nuestra lista de especialistas y otros proveedores, llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711).

**MolinaHealthcare.com**

Autorización o aprobación previa (PA) es la solicitud de un servicio de su doctor. No la necesita para la mayoría de los servicios médicos. Pero algunos servicios la exigen. El personal médico de Molina Healthcare y su médico revisan la necesidad de esta atención antes de brindar los servicios. Se aseguran de que sea lo correcto para su afección. Para obtener más información, consulte la sección Servicios cubiertos en el Manual del miembro. También puede llamar al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711).

## Pautas de atención médica preventiva: programar chequeos médicos

A continuación, encontrará recomendaciones clínicas para cuidar su salud y la de sus familiares. Consulte su plan de beneficios para conocer los servicios cubiertos. Hable con su proveedor de atención médica sobre los análisis y exámenes que necesite.

**Un cronograma de chequeos médicos bien definido lo ayudará a mantener el rumbo correcto.**

El día a día puede ser muy ajetreado. Programar consultas y acudir a ellas a tiempo puede resultar difícil. Utilice los cronogramas y simplifique su vida.

	Bebés, niños y adolescentes (0 a 18 años)	Mujeres adultas (19 años y más)	Hombres adultos (19 años y más)
<b>Consultas preventivas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Recién nacidos: 1 consulta a 3-5 días del alta</li> <li>Bebés (0 a 12 meses): consultas a los 2, 4, 6, 9 y 12 meses</li> <li>Primera infancia (15 meses a 4 años): consultas a los 15, 18, 24 y 30 meses, y a los 3 y 4 años</li> <li>Niñez y adolescencia (5 a 20 años): consultas una vez al año</li> <li>Exámenes preventivos de infecciones de transmisión sexual<sup>1</sup></li> </ul> <p>Chequeos médicos y limpiezas dentales necesarias cada 6 meses*</p>	Cada año	Cada año

	Bebés, niños y adolescentes (0 a 18 años)	Mujeres adultas (19 años y más)	Hombres adultos (19 años y más)
<b>Inmunizaciones</b>	<p><b>Bebés y niños jóvenes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hepatitis B: primera dosis antes de abandonar el hospital, segunda dosis entre el primer y segundo mes, y tercera dosis entre los 6 y 18 meses</li> <li>Rotavirus: 1 dosis a los 2, 4 y 6 meses</li> <li>Difteria, tétanos y tos ferina, o tos convulsiva, (DTaP): 1 dosis a los 2, 4, 6 y 18 meses; Tdap entre los 11 y 12 años; refuerzo de Td cada 10 años</li> <li>Haemophilus influenza tipo B (Hib): 1 dosis a los 2, 4 y 6 meses, y otra dosis entre los 12 y 18 meses</li> <li>Neumocócica (PCV): 1 dosis a los 2, 4 y 6 meses, y después entre los 12 y 15 meses</li> <li>Polio: 1 dosis a los 2 y 4 meses, otra entre los 16 y 18 meses, y la cuarta entre los 4 y 6 años</li> <li>Influenza (vacuna contra la gripe): cada año, a partir de los 6 meses</li> <li>Sarampión, paperas y rubéola (MMR): 1 dosis entre los 12 y 15 meses, y otra dosis entre los 4 y 6 años</li> <li>Varicela: 1 dosis entre los 12 y 15 meses, y otra dosis entre los 4 y 6 años</li> <li>Hepatitis A (HepA): 2 dosis entre los 12 y 23 (como mínimo, con 6 meses de diferencia)</li> </ul> <p><b>Adolescentes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Neumocócica (MCV4) 1 dosis entre los 11 y 12 años, y otra a los 16 años</li> <li>HPV: 2 dosis en un período de 24 semanas a partir de los 11 años (niños y niñas)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Influenza (vacuna contra la gripe): cada año</li> <li>Tétanos y difteria (TD): cada 10 años</li> <li>Neumocócica: 1 dosis para personas en alto riesgo**</li> <li>Neumocócica: 1 dosis a partir de los 65 años</li> <li>Sarampión, paperas y rubéola (MMR): 1 dosis si no hay evidencia de vacunación o inmunización</li> <li>Hepatitis A (HepA): 2 dosis para personas en alto riesgo**</li> <li>Hepatitis B (HepB): 3 dosis para personas en alto riesgo**</li> <li>HPV: 3 dosis (hasta los 26 años)</li> <li>Herpes Zoster (Herpes): a partir de los 50 años (2 dosis con 8 semanas de diferencia como mínimo)</li> <li>Varicela: 2 dosis si no hay evidencia de vacunación o inmunización</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Influenza (vacuna contra la gripe): cada año</li> <li>Tétanos y difteria (TD): cada 10 años</li> <li>Neumocócica: 1 dosis para personas en alto riesgo</li> <li>Neumocócica: 1 dosis a partir de los 65 años</li> <li>Sarampión, paperas y rubéola (MMR): 1 dosis si no hay evidencia de vacunación o inmunización</li> <li>Hepatitis A (HepA): 2 dosis para personas en alto riesgo**</li> <li>Hepatitis B (HepB): 3 dosis para personas en alto riesgo**</li> <li>Herpes Zoster (Herpes): a partir de los 60 años</li> <li>Varicela: 2 dosis si no hay evidencia de vacunación o inmunización</li> </ul>

	Bebés, niños y adolescentes (0 a 18 años)	Mujeres adultas (19 años y más)	Hombres adultos (19 años y más)
<b>Pruebas y exámenes preventivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Examen físico: altura, peso, presión arterial, índice de masa corporal (IMC), anemia y exámenes metabólicos</li> <li>Evaluación del desarrollo</li> <li>Evaluación del comportamiento</li> <li>Detección de plomo (a los 12 y 24 meses)</li> <li>Exámenes preventivos de audición y vista</li> <li>Prueba de tuberculosis</li> <li>Prueba de Papanicolaou, clamidia, VIH y pruebas de infecciones de transmisión sexual (ITS) para adolescentes sexualmente activos</li> <li>Primer examen preventivo dental en el primer año y luego cada seis meses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Examen físico, todos los años</li> <li>Altura, peso e IMC</li> <li>Presión arterial: cada consulta</li> <li>Examen preventivo de colesterol: cada 5 años</li> <li>Clamidia e ITS para mujeres sexualmente activas hasta 25 años y otras mujeres asintomáticas con alto riesgo de infección</li> <li>Mamografía: cada 2 años hasta los 74 años</li> <li>Prueba de Papanicolaou cada 3 años (entre los 21 y 61 años) o prueba de Papanicolaou con un examen de HPV cada 5 años (entre los 30 y 65 años)</li> <li>Densitometría ósea por osteoporosis: a partir de los 65 años y mujeres a partir de los 60 años con alto riesgo de fracturas osteoporóticas</li> <li>Examen de detección de cáncer colorrectal: cada 5-10 años según las recomendaciones del proveedor</li> <li>Examen preventivo de glaucoma: cada 2 años por un oftalmólogo u optometrista</li> <li>Examen preventivo y asesoramiento sobre el tabaco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Examen físico, todos los años</li> <li>Altura, peso e IMC</li> <li>Presión arterial: cada consulta</li> <li>Examen preventivo de colesterol: cada 5 años</li> <li>Examen de detección de cáncer colorrectal: cada 1, 5 o 10 años según exámenes preventivos anteriores y las recomendaciones del proveedor</li> <li>Examen preventivo y asesoramiento sobre el tabaco</li> <li>Examen preventivo de aneurisma aórtica (AAA, por sus siglas en inglés): una vez para hombres entre 65 y 75 años con antecedentes de consumo de cigarrillo</li> </ul>

\*Cobertura no garantizada

\*\*Consulte a su proveedor médico los factores de riesgo.

<sup>1</sup>Prueba de clamidia, VIH e infecciones de transmisión sexual (ITS) para adolescentes sexualmente activos

### Examen de la salud anual

El principal objetivo de los exámenes de la salud anuales es la prevención, además de la identificación de factores de riesgo de enfermedades comunes y la detección de enfermedades sin síntomas aparentes. El examen anual debe incluir un chequeo de la presión arterial, del colesterol y de los niveles de azúcar en sangre (diabetes). Su doctor también le proporcionará consejos para disfrutar de una vida saludable, que pueden incluir información sobre nutrición, ejercicio físico y evaluaciones preventivas.

**MolinaHealthcare.com**

# Tiempo de espera para las consultas

Molina Healthcare quiere asegurarse de proporcionar la atención necesaria en un tiempo razonable. Cuando llame para solicitar una consulta, se le informará los siguientes tiempos de espera. La fecha de la consulta dependerá de la necesidad de acudir al proveedor. Haga lo posible por tomar la primera consulta que se le ofrezca. De lo contrario, deberá esperar más que el tiempo de espera estándar para la próxima consulta.

Tipos de consulta médica	Tiempo
Atención médica después de las horas de consulta (servicios de emergencia)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inmediatamente (las 24 horas del día, los 7 días de la semana)</li> </ul>
Cuidado urgente	<ul style="list-style-type: none"> <li>En el término de 48 horas</li> </ul>
Atención médica primaria de rutina	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de los 30 días laborables desde la solicitud</li> </ul>
Consulta de atención médica preventiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de los 30 días laborables desde la solicitud</li> </ul>
Atención sintomática que no sea urgente	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de los 7 días laborables desde la solicitud</li> </ul>
Cuidado especializado	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de las 6 semanas desde la solicitud</li> </ul>
Cuidado especializado agudo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de los 5 días laborables desde la solicitud</li> </ul>
Salud conductual*	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inmediatamente (para emergencias potencialmente mortales)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atención médica rutinaria dentro de los 10 días laborables desde la solicitud</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caso de emergencia sin riesgo de vida dentro de las 6 horas de realizada la solicitud</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atención urgente dentro de las 48 horas de realizada la solicitud</li> </ul>

\*La salud conductual depende de los servicios cubiertos.

Tipos de consulta dentales	Tiempo
Servicios dentales de emergencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inmediatamente (las 24 horas del día, los 7 días de la semana)</li> </ul>
Cuidado urgente	<ul style="list-style-type: none"> <li>En el término de 48 horas</li> </ul>
Atención médica rutinaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de los 21 días laborables desde la solicitud</li> </ul>
Atención médica preventiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de las 6 semanas desde la solicitud</li> </ul>
Consulta inicial	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dentro de las 8 semanas desde la solicitud</li> </ul>

## Antes de su consulta:

1. Si necesita servicios de interpretación, avísele al proveedor 3 días, como mínimo, antes de la consulta.
2. Lleve una lista con las preguntas más importantes.
3. Lleve una lista de sus medicamentos (recetados, no recetados, vitaminas, etc.).
4. No deje de acudir a la consulta. Si no puede hacerlo, llame al consultorio del proveedor para avisar y volver a programarla.

**MolinaHealthcare.com**

### En la consulta:

1. Llegue al consultorio de su proveedor 15 minutos antes. Es posible que necesite completar unos formularios.
2. No olvide mostrar su tarjeta de identificación de Molina u otras tarjetas de planes médicos adicionales. Comparta su dirección y número de teléfono si los cambió recientemente.
3. Si su proveedor está demorado, sea paciente.
4. Comuníquese a su proveedor sus inquietudes y síntomas lo mejor posible.
5. Pregúntele al proveedor las medidas que puede tomar para abordar sus inquietudes.
6. Pregúntele al proveedor sobre las opciones de tratamiento.
7. Antes de marcharse, asegúrese de que el proveedor responda todas sus preguntas.
8. Es posible que su proveedor lo envíe a un especialista o a otro proveedor de atención médica. Asegúrese de preguntar si necesita programar una consulta. Pida el número de teléfono.

## Dejar de fumar

### *¿Por qué conviene dejar de fumar?*

- Fumar provoca cáncer de pulmón, boca y garganta.
- Fumar provoca enfermedades cardíacas.
- Fumar provoca enfisema o enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).
- Fumar aumenta los riesgos de accidentes cerebrovasculares.
- Fumar degrada la circulación.
- Fumar provoca complicaciones de la diabetes.

### *¿Cómo puede dejar de fumar?*

- Decida una fecha en la que dejará de fumar y cumpla con ella.
- Tire los ceniceros, cigarrillos y encendedores a la basura.
- Limpie su casa y vehículo para quitar el olor a humo.
- No vaya a lugares donde se pueda fumar.
- Hable con sus familiares y amigos para que puedan apoyarlo.
- Busque maneras de disminuir el estrés.
- Pregúntale a su proveedor sobre medicamentos que puedan ayudarlo a dejar de fumar.

### *¿Está listo para dejar de fumar?*

¡Nosotros estamos listos para ayudarlo! Molina Healthcare cuenta con un Programa para Dejar de Fumar, que es gratuito para nuestros miembros. El programa incluye lo siguiente:

- Asesoría personalizada
- Materiales de educación de la salud
- Terapia de reemplazo de la nicotina (si es elegible y el proveedor decide que es adecuado para usted)

**MolinaHealthcare.com**

¿Cómo puede inscribirse en el Programa para Dejar de Fumar?

Llame a QuitLine de Michigan al 800-QUIT-NOW (800-784-8669) para obtener más información.

¿Qué otras opciones hay para dejar de fumar?

- Smokefree.gov: [www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov)
- Sociedad Americana contra el Cáncer: [www.cancer.org](http://www.cancer.org)
- Línea para dejar de fumar del Instituto Nacional del Cáncer: (877) 448-7848

Cuando deja de fumar, disminuye en gran medida el riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con el cigarrillo.

Si está embarazada, el cigarrillo puede dañar a usted y a su bebé. Llame hoy mismo al Departamento de Educación de la Salud para conocer nuestro Programa para Dejar de Fumar.

## Novedades sobre el directorio de proveedores

Queremos asegurarnos de ofrecer los mejores recursos disponibles para ayudarlo a encontrar un proveedor. Para facilitar la búsqueda, hemos hecho algunas modificaciones en el directorio de proveedores y en la página web de Molina.

*Página web de Molina:* cuando busque en la página web, ahora verá tipos de proveedores que son más fáciles de reconocer.

*Directorio impreso:* a partir del 1 de marzo de 2019, Molina Healthcare ofrece versiones más breves del directorio de proveedores, que corresponden a su área de residencia. Para obtener más información, llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora del este (TTY/TDD: 711).



**MolinaHealthcare.com**



Your Extended Family.

**Non-Discrimination Notification  
Molina Healthcare of Michigan  
Medicaid**

Molina Healthcare of Michigan (Molina) complies with all Federal civil rights laws that relate to healthcare services. Molina offers healthcare services to all members without regard to race, color, national origin, age, disability, or sex. Molina does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex. This includes gender identity, pregnancy and sex stereotyping.

To help you talk with us, Molina provides services free of charge:

- Aids and services to people with disabilities
  - Skilled sign language interpreters
  - Written material in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, Braille)
- Language services to people who speak another language or have limited English skills
  - Skilled interpreters
  - Written material translated in your language
  - Material that is simply written in plain language

If you need these services, contact Molina Member Services at (888) 898-7969.

Hearing Impaired: MI Relay (800) 649-3777 or 711.

If you think that Molina failed to provide these services or treated you differently based on your race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a complaint. You can file a complaint in person, by mail, fax, or email. If you need help writing your complaint, we will help you. Call our Civil Rights Coordinator at (866) 606-3889, or TTY, 711. Mail your complaint to:

Civil Rights Coordinator  
200 Oceangate  
Long Beach, CA 90802

You can also email your complaint to [civil.rights@molinahealthcare.com](mailto:civil.rights@molinahealthcare.com). Or, fax your complaint to (248) 925-1765.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights. Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>. You can mail it to:

U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Avenue, SW  
Room 509F, HHH Building  
Washington, D.C. 20201

You can also send it to a website through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

If you need help, call 1-800-368-1019; TTY 800-537-7697.





300 11th Ave E  
Sartell, MN 56377



## ¿Preguntas sobre su salud?

Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermeras las 24 horas al día.

Inglés y otros idiomas:

**(888) 275-8750**

Español: **(866) 648-3537**

Su salud es nuestra prioridad.

Los usuarios de TTY/TDD deben llamar al **711**.

**MolinaHealthcare.com**

